

グループホームアウル登別館 山ユニット 4月献立表

| | 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|---|---|---|--|---|---|--|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 朝 | | ごはん・味噌汁 キャベツの煮びたし マカロニサラダ 鯖のみりん漬け | ごはん・味噌汁 焼魚 かぼちゃとかまぼこ煮 レタスのサラダ | ごはん・味噌汁 鯖の煮物 スパゲティサラダ だし巻き玉子 | ごはん・味噌汁 天カマときんぴらの煮物 玉子焼き・焼売 ちくわともずくの酢物 | ごはん・味噌汁 魚の塩焼き もやしのナムル フキと天かすの煮物 | ごはん・味噌汁 ゆで卵とウインナー きゅうりの酢の物 カボチャ煮 |
| 昼 | | シーフードカレー ネギとわかめのスープ 茄子とエノキの炒め物 ちくわとほうれん草のなめ茸和え | ごはん・味噌汁 鶏肉と玉ねぎの玉子とじ コールスローサラダ ほうれん草のバター炒め | ごはん・味噌汁 茄子ときこのトマト煮 ごぼうとキャベツのサラダ 手羽先と里芋の煮物 | ひじきご飯 鶏うどん アスパラときこのベーコン炒め バナナヨーグルト | ピザ・スープ ポテトフライ チキンナゲット サラダ | ごはん・味噌汁 鶏肉と茄子のトマト煮 キャベツとちくわの煮びたし バナナ入りフルーチェ |
| 夕 | | カレーピラフ みそ汁 から揚げ玉子とじ ジャーマンポテト 春雨サラダ | ごはん・味噌汁 小松菜と豚肉炒め 肉じゃが マカロニサラダ | ごはん・味噌汁 カツの玉子とじ 切干大根 茄子とピーマンの味噌炒め | ごはん・味噌汁 里芋と豆の煮物 焼売と野菜の甘酢 もやしと豚肉の炒め物 | ごはん・味噌汁 鶏肉とほうれん草のクリーム煮 人参とピーマンのきんぴら きゅうりとわかめの酢物 | ごはん・味噌汁 餃子 麻婆豆腐 春雨サラダ |
| | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 朝 | ごはん・味噌汁 おでん ごぼうサラダ 玉子焼き・ベーコン | ごはん・味噌汁 塩鯖 うま煮 マカロニサラダ | ごはん・味噌汁 サバ塩焼き ミートボール 人参サラダ | ごはん・味噌汁 切干大根 ハンペンサラダ 鮭 イチゴ | ごはん・味噌汁 高野豆腐のつみれ煮 玉子焼き・ベーコン ペンネ | ごはん・味噌汁 目玉焼き きゅうりとカボチャサラダ もやしナムル | ごはん・味噌汁 目玉焼き・ウインナー カボチャ煮 ちくわときゅうりの酢の物 |
| 昼 | ごはん 玉子とわかめのスープ エビフライ コールスローサラダ ナスとピーマンの味噌炒め ごま和え | お稲荷さん カレーうどん きんぴらゴボウ バナナヨーグルト | ハヤシライス 玉子スープ レンコンきんぴら ポテトサラダ | コーンごはん・味噌汁 焼きそば 八宝菜風 カボチャ煮 | きのこご飯 肉うどん ごぼうとシーチキンのサラダ 厚揚げのあんかけ炒め | ごはん あんかけそば ジンギスカン 麻婆茄子 きゅうりの酢物 | ごはん・味噌汁 牛肉炒め おでん ほうれん草ごま和え |
| 夕 | ごはん・味噌汁 鶏肉の照り焼き 里芋煮 ツナサラダ | ごはん・味噌汁 鶏肉の甘酢炒め 人参しりしり きゅうりの酢物 | ごはん・味噌汁 野菜と豚肉の焼肉風 きゅうりのもずく和え きのこことハムの炒め物 | ごはん・シチュー マカロニサラダ 筑前煮 カツ煮 | ごはん・味噌汁 ハンバーグと茄子のケチャップ 和え ちくわのサラダ たまご豆腐 | ごはん・味噌汁 大根とつくねの煮物 鶏肉甘辛炒め 春雨サラダ | ごはん・味噌汁 豚肉と玉ねぎ炒め カボチャ煮 きゅうりとツナのサラダ |
| | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 朝 | ごはん・味噌汁 さつまあげ 切干大根 ウインナーとブロッコリーのソテー | ごはん・味噌汁 玉子あんかけ キャベツときゅうりのサラダ ふきとコンニャクの煮物 | ごはん・味噌汁 鯖 グラタン ひじきの煮物 | ごはん・味噌汁 スクランブルエッグとウインナー さつま芋の甘煮 野菜サラダ | ごはん・味噌汁 大根と鯖の煮物 オクラ納豆 きゅうりとシーチキンのサラダ | ごはん・味噌汁 鯖 野菜のバター炒め きゅうりのサラダ | ごはん・味噌汁 目玉焼き 揚げナスの煮出し ツナときゅうりのサラダ |
| 昼 | カレーライス 玉子あんかけスープ から揚げ フルーチェ | 混ぜご飯 豚の角煮 ハンペンサラダ ナポリタン | コーンごはん エビと白身魚のフライ 厚揚げとひじきの煮物 みかんヨーグルト | カレーピラフ 豚汁 里芋のさぼろあんかけ 海鮮ビーフン キャベツとシーチキンサラダ | ごはん・味噌汁 焼肉 小松菜とちくわのマヨポン和え カボチャのいとこ煮 | ごはん・春雨スープ 麻婆茄子 大根の煮物 マカロニミートソースサラダ | ごはん・味噌汁 ミートボールと茄子のトマト煮 天カマとキャベツの煮びたし きゅうりの酢物 |
| 夕 | ごはん・味噌汁 スープパスタ ハンバーグ もずく酢 | ごはん・味噌汁 シチュー ふきとさつま揚げの煮物 ツナサラダ | ごはん・味噌汁 野菜のトマト煮 茄子の味噌和え もやしときゅうりの中華サラダ | ごはん・味噌汁 おでん マカロニサラダ ジンギスカン | ごはん・中華スープ 野菜炒め ツナとちくわサラダ きゅうりとわかめの酢物 | ごはん・味噌汁 切干大根 かに玉あんかけ ジャーマンポテト | ごはん・味噌汁 鶏手羽のトマト煮 里芋と野菜のそぼろあん マカロニサラダ |
| | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 朝 | ご飯・みそ汁 焼き鮭 ひじき煮 ウインナーサラダ | ごはん・みそ汁 チキンの甘酢あんかけ 厚焼き玉子 もやしのナムル | ごはん・みそ汁 焼き鮭 うま煮 ポテトサラダ | ごはん・みそ汁 きんぴらごぼう マカロニサラダ 鯖 | ごはん・みそ汁 ウインナーとだし巻き卵 酢のサラダ 里芋の煮物 | ご飯・みそ汁 シュウマイ・ウインナー ホッケ 切り干し大根 | ご飯・みそ汁 玉子焼き きんぴらごぼう ポテトサラダ |
| 昼 | 昆布ご飯 ほうれん草のかき玉とじ 里芋煮 さつまいものサラダ | ごはん・みそ汁 鶏の照り焼き 餃子 春雨サラダ | コーンごはん カレーうどん 酢どり カボチャサラダ | ごはん・餃子スープ 茄子とピーマンの炒め物 高野豆腐のつみれはさみ煮 フルーチェ | ごはん・みそ汁 豚キムチ カボチャのいとこ煮 ごぼうサラダ | ご飯・みそ汁 鶏の玉子とじ 里芋の煮物 スパゲッティサラダ | ピラフ・みそ汁 焼きそば 揚げの煮物 フルーチェ |
| 夕 | ごはん・みそ汁 エビフライ マカロニサラダ 手羽の煮物 | ごはん・みそ汁 ジャーマンポテト きんぴらごぼう チキンカツの甘酢あんかけ | ごはん・みそ汁 切り干し大根 お肉と野菜炒め もやしサラダ | ごはん・みそ汁 ジンギスカン レンコンの煮物 春雨サラダ | ひじきご飯・みそ汁 八宝菜 フキと豚肉の炒め物 キャベツとベーコンのサラダ | ご飯・みそ汁 焼き鳥トマト添え オーロラソーススパゲティ 揚げねり物 | ご飯・みそ汁 コールスローサラダ 煮物 肉団子の甘酢あんかけ |
| | 28 | 29 | 30 | | | | |
| 朝 | ごはん・みそ汁 焼き鮭 茄子と根野菜の煮物 春雨の酢もの | ごはん・みそ汁 ほっけのみそ焼き カボチャ煮 春雨のサラダ | ごはん・みそ汁 焼き鮭 うま煮 カボチャサラダ | | | | |
| 昼 | 稲荷寿司 わかめうどん ミートボールと茄子のケチャップ和え さつまいものバター炒め | シラスご飯 コンソメスープ スパゲティ ふきとタケノコの油いため モズクの酢もの | ご飯・豚汁 麻婆春雨 肉じゃが コーヒーゼリー | | | | |
| 夕 | ごはん・みそ汁 八宝菜 大根とつみれの煮物 中華サラダ | ごはん・みそ汁 鶏肉と玉ねぎの大根おろし スと和え ポテトサラダ おでん風煮物 | ごはん・みそ汁 豚肉の生姜焼き 春雨中華サラダ ジャーマンポテト | | | | |